

6. Волчанский М.Е. Организация самостоятельной работы студентов в медицинском вузе. Методические рекомендации для преподавателей и студентов в очной и заочной форме. – Волгоград, 2004. – С.15-16.
7. Шамов И.А., Гаджиев Г.Э. Деловая игра в медицинском ВУЗе: пособие для преподавателей. – Махачкала: ИПЦ ДГМА, 2008. – 56 с.
8. Юмин В. С., Статья: «Оценка эффективности обучения персонала». Материал с сайта <http://www.smart-edu.com> , опубликовано 14 апреля 2012
9. Прусс Н. М, Ахмина Г. А, Савушкин М. В. Модульно-рейтинговая система как инновационный механизм реорганизации учебного процесса в свете требований Болонского процесса. – Академия управления «ТИСБИ», 2010.
10. Инновационность и инновационное образование. // – М., 2000. – «Вестник высшей школы» №6, 23 с.
11. J.A. Erskine, M.R. Leenders. Teaching with Cases. Third edition. Ivey. The University of Western Ontario. 2003
12. Барнс Л.Б., Кристенсен К.Р., Хансен Э.Дж. Преподавание и метод конкретных ситуаций (конкретные ситуации и дополнительная литература): пер. с англ./Под ред. А.И.Наумова. М.: Гардарики, 2000. -501с.
13. Микитченко Н.А. Москва 2009 г. автореферат Применение галотерапии для оздоровления детей в общеобразовательных учреждениях
14. Применение галотерапии в педиатрии (Соавт. Разумов А.Н., Хан М.А., Червинская А.В., Чахоян А.Н.) // Медицинская технология – М., 2007 – 24 с
15. Применение галотерапии для оздоровления детей в образовательных учреждениях (Соавт. Хан М.А., Червинская А.В.) // Восстановительная медицина и реабилитация 2008: Материалы V международного конгресса Восстановительная медицина и реабилитация. – М., 2008 – с 164-165
16. Применение галотерапии для оздоровления часто болеющих школьников в образовательных учреждениях (Соавт. Червинская А.В., Хан М.А) // Современные технологии в педиатрии и детской хирургии Материалы VIII Российского конгресса – М., 2009-с.424 - 425.

Кроссфит как инновационный подход на занятиях по физической культуре у студентов медицинского университета

Романов И.В.

УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов медицинский университет», г. Витебск, Республика Беларусь

Приоритетным направлением работы университета является повышение качества образования через использование современных образовательных технологий, инновационных подходов на занятиях по физической культуре. Поэтому современный преподаватель должен в совершенстве владеть знаниями в области этих технологий и успешно применять их на своих занятиях.

Преподаватель, используя современные инновации, может совершенствовать не только физические качества, но и развивать творческий потенциал учащихся, укреплять их здоровье, воспитывать потребность в занятиях по физической культуре.

На протяжении последних лет наблюдается тенденция снижения уровня физических результатов, физической подготовленности, а также психического здоровья, рост заболеваемости сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной и пищеварительной систем в силу ограниченной двигательной активности, ухудшение и потеря социально-культурных ценностей и привлекательности в физическом воспитании студенческой молодежи [3].

Занятия физической культурой для студентов-медиков имеет огромное значение и играет важную роль, поскольку физическое состояние и общее самочувствие, крепкое здоровье, высокая работоспособность и выносливость, необходимые им как будущим специалистам, зависит от физической подготовленности и нормального развития учащихся, которые в дальнейшем оказывают влияние на результативность и продуктивность их труда [1].

Современная система высшего образования переживает сложный процесс реформирования. Это проявляется в серьёзных изменениях в области содержания педагогического процесса, оптимизации организационно-управленческих структур, постоянном поиске наиболее эффективных форм и методов организации учебной и методической работы, соответствующих современным требованиям к профессиональному уровню специалиста в области высшего образования, а в частности – в области физической культуры. Одним из решений оптимизации педагогического процесса может послужить применение новых форм на занятиях по физической культуре: тай-бо, кроссфит, бодифлекс, пилатес, фитнес-бокс, калланетика, стретчинг, аквааэробика и др. В нашей статье мы рассмотрим использование кроссфита в системе физической подготовки студентов-медиков.

Кроссфит – это круговой вид тренировки, когда выполняется несколько упражнений одно за другим без отдыха или с минимальным отдыхом в течение нескольких минут. Точнее, подход одного упражнения, потом подход другого, потом подход третьего и т.д. Полный круг составляет один подход. Используется в среднем от 3-5 упражнений до 6-10. В системе тренировок комбинируются такие виды активности: интервальный бег, гребля, прыжки на скакалке, лазание по канату, упражнения на кольцах и перекладине, силовые упражнения с использованием гирь, штанг и тяжелых предметов [5].

Кроссфит как вид спорта имеет свои характерные особенности:

- разносторонний характер воздействия на организм. Чередование движений и действий, часто изменяющиеся по интенсивности, разносторонности и продолжительности, оказывают общее комплексное воздействие на организм занимающихся, способствуют развитию и совершенствованию у студентов основных физических качеств;

- внезапность изменения условий проведения приемов, быстрая смена обстановки, постоянно изменяющиеся условия заставляют занимающихся

мгновенно оценивать ситуацию, действовать находчиво, быстро, инициативно, проявлять самостоятельность в действиях;

- высокая эмоциональность занимающихся и высокая активность выполнения движений поддерживается на фоне эмоционального напряжения (в этих условиях высокую оценку получают те занимающиеся, которые проявляют сдержанность, не теряют контроль за своими действиями);

- соревновательный характер, стремление превзойти соперника в скорости и точности действий, в технической и тактической изобретательности приучает занимающихся мобилизовать свои возможности для действий с максимальным напряжением сил и преодолевать трудности [2].

Некоторые преимущества использования кроссфита на занятиях по физической культуре:

- простота использования – для большинства упражнений достаточно применения элементарного инвентаря и спортивного зала, стадиона;

- универсальность использования – кроссфит способствует достижению разнообразных целей;

- многообразие видов деятельности – количество упражнений в кроссфите огромно и из-за этого можно постоянно разнообразить свои занятия;

- эффективность применения – кроссфит эффективно развивает физические качества.

Кроссфит имеет и свои особенности: высокие требования к физической подготовленности и здоровью занимающихся. Поэтому кроссфит можно рекомендовать к использованию преимущественно в основных отделениях.

Одной из основных задач, решаемых на занятиях физической культуры, является обеспечение оптимального развития физических качеств. Физическими качествами принято называть врожденные морфофункциональные качества, благодаря которым возможна физическая активность и целесообразная двигательная деятельность человека. К основным физическим качествам относят силу, быстроту, выносливость, гибкость, ловкость [4].

Особое внимание хочется уделить скоростно-силовым способностям, которые проявляются в действиях, где наряду с силой требуется высокая скорость движения. Воспитание скоростно-силовых качеств осуществляется главным образом путем применения скоростно-силовых упражнений, при выполнении которых сила достигает максимума за счет увеличения скорости сокращения мышц. К таким упражнениям относятся бег на короткие дистанции, прыжки, метания, упражнения с отягощениями небольшого веса [4].

Использование кроссфита на занятиях по физической культуре вызывает активный интерес со стороны ученых и исследователей. В настоящее время в медицинском университете преподаватели физической культуры начали включать этот вид фитнеса в практические занятия. Проводилась рекламная акция для популяризации кроссфита на базе ВГМУ совместно с фитнес-клубом кроссМакс.

Таким образом, в практической деятельности преподавателя для воспитания и развития физических качеств, поддержания интереса к физической культуре у студентов на занятиях можно активно использовать инновационные методы с применением различных форм: тай-бо, кроссфит, бодифлекс, пилатес, фитнес-бокс, калланетика, стретчинг, аквааэробика.

Литература

1. Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента. В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. – М.: Альфа-М, 2003. – 418 с.
2. Зиннатнуров, А.З. Кроссфит как направление совершенствования процесса физического воспитания в вузе / А.З. Зиннатнуров, И.И. Панов // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2014. – № 1. – С. 66-70.
3. Мандриков, В.Б. Методология профилирования физического воспитания студентов в медицинских вузах: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.Б. Мандриков. – Волгоград, – 2002. – 24 с.
4. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта. Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», – 2000. – 480 с.
5. Crossfit: руководство к тренировкам / Г. Глассман, пер. Е. Богачев, И. Карягин. – М.: www.cfft.ru, 2009. – 109 с.

Анализ научно-исследовательской работы студентов шестого курса педиатрического факультета в 2014-2017 годах (результаты анкетирования)

Сапотницкий А.В., Прилуцкая В.А., Зайцева Е.С., Горячко А.Н.

*УО «Белорусский государственный медицинский университет»,
г. Минск, Республика Беларусь*

Научно-исследовательская работа (НИР) студента существенно расширяет набор компетенций, приобретаемых за время учебы [1, 2]. Эта деятельность важна для последующего успешного обучения в магистратуре, аспирантуре, работы в научно-практических центрах и на учебных кафедрах университетов [3, 4]. Поэтому анализ факторов, привлекающих и отталкивающих студентов от выполнения НИР, представляется очень актуальным.

Цель – проанализировать современные особенности научно-исследовательской деятельности студентов 6 курса педиатрического факультета УО «Белорусский государственный медицинский университет» (БГМУ) за последние 3 учебных года на основании результатов их анкетирования.

Материалы и методы. Проведено анонимное анкетирование 201 студента 6 курса педиатрического факультета во время обучения по разделу неонатологии занятий по педиатрии на протяжении периода с 2014 по 2017